

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения



"Утверждаю"

Заместитель генерального директора  
по организации питания  
АО "Департамент продовольствия и  
социального питания" г.Казани



## МЕНЮ

для учащихся с 11 лет и старше

на 09.01.2024

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>							
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47	
ТТК 2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	4,6	72	
капуста квашеная	50						
морковь свежая	45						
масло растительное	5						
	сред.	0,63	1,83	4,80	39,7		
<b>1-ые БЛЮДА</b>							
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>							
ТТК 2019 Голень запечённая	80		18,20	18,40	0,50	241	
260/2015 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208	
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221	
	сред.	17,23	16,17	2,10	223		
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,73	398	
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/160		11,2	12,4	28,8	273	
	сред.	16,30	15,15	33,27	336		
<b>ГАРНИРЫ</b>							
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269	
309/2015 Спагетти отварные (масло/сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254	
139/2015 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160	
	сред.	5,21	6,68	36,45	228		
<b>НАПИТКИ</b>							
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34	
ТТК 2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48	
	сред.	0,09	0,02	9,87	41,00		
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68	
		Итого с самост.блю дом-	79,00	18,91	17,25	62,06	484
		Итого-	79,00	25,06	24,95	67,34	600

Зав.производством: